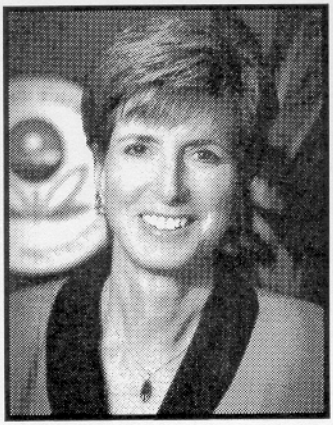
EPA United States Environmental Protection Agency
Region 6
6WQ-CO
EPA 906-F-02-001S
April 2002

Tres Amigos

Al Rescate

Este folleto le ayudará identificar algunos peligros ambientales de la vida diaria, que representan riesgos en o cerca de su casa, y proporciona consejos útiles y advertencias.

Para ser usado junto con el video,
"Tres Amigos...Al Rescate"



Mensaje de la Administradora de la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos, Christine Todd Whitman

Tengo el agrado en presentar "Tres Amigos al Rescate", un paquete que incluye un vídeo y folleto en español destinados a educar a familias de habla hispana sobre los riesgos potenciales del ambiente en la casa y en sus cercanías.

El vídeo ofrece una entretenida perspectiva de las medidas que podemos tomar para proteger a nuestras familias y a nuestros seres queridos en contra de los peligros ambientales. El folleto complementa el vídeo ofreciendo información adicional y sugerencias prácticas sobre la seguridad en el hogar.

La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos está comprometida a mantener el aire más limpio, el agua más pura y hacer que la tierra esté mejor protegida. Las acciones que tomamos para lograr estos objetivos son importantes, pero los esfuerzos que realicen los individuos son igualmente esenciales para la protección del medio ambiente y la salud de los estadounidenses.

Espero que el programa de los "Tres Amigos al Rescate" apoye sus esfuerzos llevando importante información ambiental a las familias y a las comunidades que usted sirve.

Tres Amigos... Al Rescate
The United States Environmental Protection Agency, Region 6

EPA906-F-02-001S

Tres Amigos

Al Rescate

Contenido:

Productos de Limpieza en el Hogar 2

Humo de Segunda Mano 4

Pesticidas 5

Sobre Exposición a los Rayos Ultravioleta 8

Plomo 10

Agua Contaminada 14

Ozono Contaminación del Aire 16

Radón 18

Asbesto 20

Productos de Limpieza en el Hogar

¿Cuáles son algunos de los productos a los que debemos de poner atención?
Asegúrese de leer las etiquetas de advertencia que se incluyen en los envases de solventes, pinturas, solventes de pintura, productos para conservación de madera, aerosoles, repelentes de polilla, aerosoles para refrescar el ambiente, combustibles, productos automotrices, líquidos usados en trabajos manuales, pesticidas, limpiadores y desinfectantes, son sólo algunos de muchos que existen.

¿Cómo pueden los productos de limpieza caseros dañar la salud de los niños?

Los efectos a corto plazo incluyen irritación en los ojos, nariz y garganta; náuseas y dolores de cabeza.

La exposición a largo plazo puede dañar el hígado, los riñones y el sistema nervioso central.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?

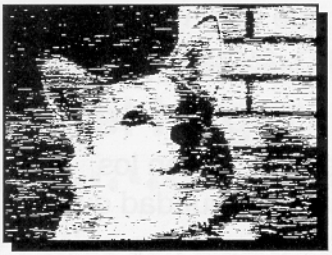
- Lea cuidadosamente todas las etiquetas de advertencia incluidas en los envases.
- Sea precavido al usar estos productos, no permita que los niños los usen.
- Use estos productos únicamente para lo que han sido diseñados y siguiendo las instrucciones del fabricante.

- Use los productos en áreas que estén ventiladas.
- Mantenga los productos en sus respectivos envases originales.
- Escoja productos en envases que eviten los derrames, fugas y tapaderas de seguridad que no puedan ser abiertas por los niños.
- Limpie inmediatamente derrames de productos de limpieza caseros.
- Participe en campañas locales de reciclaje y disponga apropiadamente de todos los productos peligrosos.

¿Existen formas que me ayuden a reducir mi necesidad de estos productos?

- Limpie inmediatamente todos los derrames y manchas para que no tenga que usar productos fuertes posteriormente.
- Controle la humedad excesiva (por ejemplo, el agua que queda acumulada en el desagüe del aire acondicionado o en la charola de goteo de desecho del refrigerador) y arregle fugas, goteos y problemas de filtración. Controlando el origen, no tendrá necesidad de arreglar un problema posteriormente.
- Considere utilizar productos "naturales" o de uso "alternativo", como el vinagre o bicarbonato.

Productos marcados como "seguros ambientalmente" pueden aún presentar riesgos a la salud. Cualquier producto que se evapore en el aire, tiene el potencial de ser un contaminante del ambiente interior, dependiendo de la cantidad usada, el método de uso, la toxicidad del producto y la sensibilidad de la persona que lo está usando.



Humo de Segunda Mano (Tabaco)

¿Qué es el humo de segunda mano del tabaco?
Humo de segunda mano del tabaco, o Humo Ambiental del Tabaco (mayúsculas cada letra), o (HAT) es la mezcla del humo que se forma de la punta del cigarro, puro o pipa que se está quemando y el humo exhalado de los pulmones de fumadores. Esta mezcla contiene más de 4,000 substancias, al menos 40 de las cuales pueden causar cáncer en personas y animales.

Estar expuesto al humo de segunda mano es **también** llamado **fumador involuntario** o **fumador pasivo**.

La exposición al humo de segunda mano representa un riesgo de salud serio para los niños.

Los niños expuestos a humo de segunda mano de fumadores son más susceptibles de tener:

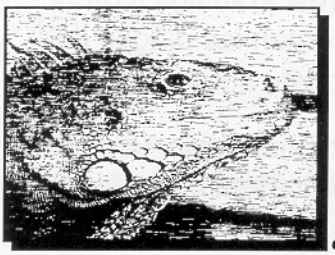
- Funciones pulmonares reducidas;
- Síntomas de irritación respiratoria, como tos, flema y jadeo.
- Concentración de fluidos en el oído medio (la causa más común de cirugías en los niños).
- Riesgo de desarrollar asma.

Niños asmáticos especialmente, tienen mayor riesgo.
La Agencia para la Protección del Medio Ambiente (Environmental Protection Agency, [EPA]) estima que la exposición al humo de segunda mano del tabaco

aumenta el número de episodios y severidad de los síntomas en cientos de miles de niños asmáticos. Los casos de asma están aumentando en forma gradual.

¿Qué puedo hacer para reducir el riesgo que ocasiona el humo de segunda mano del tabaco en mi familia?

- Evite el humo de cigarrillo de segunda mano.
- No fume ni permita que otros fumen dentro de la casa o del auto.
- Si una persona insiste en fumar adentro de la casa o en el automóvil, aumente la ventilación en el área en donde se encuentran fumadores – abra las ventanas o use extractores de aire.
- No fume si hay niños presentes, particularmente niños pequeños infantes. Estos son especialmente susceptibles a los efectos del humo de segunda mano del tabaco.
- Asegúrese que las guarderías a cargo de niños pequeños tengan reglamentos de no fumar.



Pesticidas

Ya sean hormigas en la cocina o maleza en la huerta de verduras, las plagas molestan y mortifican. Al mismo tiempo, los pesticidas que usamos para controlarlas, pueden también causar problemas. Las preocupaciones referentes a la salud aumentan si ha habido contacto directo a los pesticidas o sus residuos en los alimentos.

¿Cómo pueden los pesticidas afectar la salud de los niños?

En forma inmediata. Estos efectos pueden incluir náuseas, vómitos, espasmos, convulsiones y dificultad respiratoria.

A largo plazo. Estos efectos pueden incluir desórdenes neurológicos y en los órganos reproductivos, así como defectos de nacimiento, asma y cáncer.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?

Usando estrategias simples, podemos tener prados y jardines preciosos y hogares relativamente limpios de plagas, sin poner en peligro a nuestros niños.

Asegúrese de guardar los pesticidas en lugar seguro, fuera del alcance de los niños.

En los exteriores

- "Agáchese y ensúciese". Quite la maleza manualmente.
- Atraiga insectos benéficos (escarabajos y otras clases de insectos que se coman las plagas que destruyen sus plantas).
- Cuando todo lo anterior no dé resultado, use el producto químico menos tóxico para controlar sus plagas.
- Si usa pesticidas, siga las instrucciones de la etiqueta.
- Para reducir los residuos de pesticidas en los alimentos, lávelos o tállelos bajo el agua dejando la llave abierta, quíteles la cáscara o las hojas

exteriores; también procure usar frutas y verduras cultivadas orgánicamente.

Para información acerca del mantenimiento adecuado de su prado y jardín, contacte a un invernadero certificado en cuidados de plantas, la asociación de horticultura o su agente municipal local.

En interiores

- Evite atraer a las plagas (estas son atraídas por la comida, agua y lugares en donde pueden esconderse)
- Si puede, use pesticidas tipo señuelo o cebo (que atrapan a los insectos).
- Piense en la seguridad: ponga los pesticidas en áreas bien ventiladas y a una hora en que no se encuentren los niños cerca (por ejemplo, en la noche durante los fines de semana, etc.) y aparte a los niños de las áreas que están siendo tratadas.

Cucarachas

- Guarde los alimentos en recipientes herméticos.
- Tape las grietas o rendijas existentes alrededor de los gabinetes, las paredes y tuberias.
- Repare las tuberías y llaves que goteen.
- Evite dejar agua estancada en su casa y cubra las barras de jabón, ésto atrae a las cucarachas.

Hormigas

- Use pastas, señuelos, o trampas con cebo.

Moscas

- Mantenga mosquiteros sobre las ventanas. Si no puede hacer esto, cierre sus ventanas antes de que el sol empiece a calentar.

Pulgas

- Bañe a sus mascotas con jabón y péinelos regularmente con un peine especial para pulgas.
- Aspire su casa y lave la ropa de cama de su mascota cada dos semanas, antes de que los huevecillos de las pulgas tengan tiempo de desarrollarse.

Existen alternativas a los pesticidas. Por ejemplo, exprima jugo de limón en la entrada en donde observa que salen las hormigas, y ésto las alejará. Mate las moscas con un mata-moscas en lugar de usar plaguicida en aerosol y la tierra diatomácea (harina de fósil) es un plaguicida natural y efectivo que acaba con algunos tipos de plaga.

Sobre Exposición a los Rayos Ultravioleta

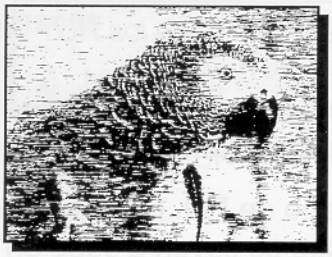
La sobre exposición a los rayos ultravioleta del sol (RU) es una amenaza seria a la salud. Aparte de la quemadura inmediata y peligrosa, la exposición continua a largo plazo de la radiación RU, puede causar cáncer en la piel, daños a los ojos (incluyendo la formación de cataratas), supresión del sistema inmunológico y envejecimiento prematuro de la piel.

¿Quién es susceptible a la radiación dañina de los RU? Todos, no importa si tienen la piel clara u obscura.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?

- Ponga atención al índice diario de RU. Planee actividades para los niños que se lleven a cabo en interiores en los días con índices altos de RU.
- Edúquese sobre ozono estratosférico, reducción del mismo, y la radiación de los RU.
- Use bloqueadores solares para la piel (del número más alto).
- Use ropa protectora (sombreros con ala, lentes obscuros, pantalones largos, y camisas de manga larga) si tiene usted que salir al exterior.
- Trate de mantenerse en áreas de sombra o cubiertas.
- Enseñe a los niños seguridad solar.
- Manténgase fuera de los rayos solares cuando los RU son más dañinos (10:00 am – 4:00 p.m.)

Los niños son altamente susceptibles a la radiación dañina de los RU, ya que el 80% de la exposición total durante nuestra vida, ocurre antes de los 18 años. Unicamente una o dos bronceadas con ampollas puede doblar las probabilidades de desarrollar melanoma, la forma más peligrosa de cáncer de piel. Aún el broncearse repetidamente con cremas bronceadoras, aumenta el riesgo de desarrollar otras formas de cáncer de piel.



Plomo

Aproximadamente 900,000 niños en los Estados Unidos entre las edades de uno a cinco años han mostrado altos niveles de presencia de plomo en su sangre. La exposición al plomo puede ser a través del aire, los alimentos, el agua que beben y tierra y polvo contaminado. La mayoría de las casas construidas antes de 1960 contenían pintura con concentraciones altas de plomo. La mayoría del agua de los pozos y las ciudades no contienen plomo, pero el agua lo puede recoger *dentro de su casa* de las tuberías que están hechas con materiales de plomo. Los niños pueden tragar o respirar plomo en el polvo contaminado si juegan entre el polvo o la tierra y se meten sus dedos a la boca. Debido a que el plomo no se desintegra fácilmente, el plomo representa un problema hasta que es removido.

¿Cómo puede afectar el plomo a la salud de los niños?
Los efectos a **largo plazo** pueden ser severos: problemas de aprendizaje, poco crecimiento, hiperactividad, problemas de audición, y aún daño cerebral. Si se detecta a tiempo, estos efectos pueden reducirse al aminorar la exposición al plomo o con tratamiento médico. Lo positivo es que existen medidas fáciles que puede usted tomar para proteger a su familia.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?

- **Lleve a sus hijos a que les hagan un examen de sangre.** (visite a su departamento de salud local para que le hagan exámenes gratis)

- **Mantenga los juguetes y las áreas de juego limpias.** El polvo y la tierra pueden contener plomo.

- **Reduzca el riesgo de plomo que contenga la pintura.** Asegúrese que su niño no mastique nada que esté cubierto con pintura que contenga plomo, por ejemplo, los marcos o umbrales de ventanas, cunas, o "corralitos" de bebés. Mantenga las áreas pintadas y cuidadas, especialmente en casas antiguas.

- **No quite usted pintura que contenga plomo.** (Estas actividades generan grandes cantidades de polvo con plomo). Solicite a su departamento de salud local que le recomienden contratistas certificados que puedan hacer este tipo de trabajos. Contrate a una persona con entrenamiento especial para corregir problemas de pintura que contenga plomo.

Los Centros para el Control de Enfermedades recomiendan que los niños sean revisados la primera vez cuando tengan un año de edad, o a los seis meses si usted sospecha que su casa contiene materiales con plomo, si usted vive en un edificio antiguo, o si usted vive cerca de una fundición de metales. Pregunte sobre ésto a su doctor o a la oficina de salud local.

- **No traiga polvo que contenga plomo a su casa.**

  - Si usted trabaja en contacto con plomo, o desarrolla tareas o actividades de recreo que lo pongan en contacto, cámbiese de ropa antes de ir a su casa y quítese sus zapatos antes de entrar.

- Debe de lavar su ropa separada del resto de la familia – y enjuague su lavadora completamente después de haber lavado su ropa.

- Anime a sus hijos a jugar en la arena o en áreas que tengan césped en lugar de tierra, la cual se pega a sus dedos y a sus juguetes, especialmente cerca de edificios antiguos. Cuide que sus niños no coman tierra y asegúrese que ellos se laven las manos cuando entran a la casa y antes de cada comida.

- **Quite el plomo del agua de beber.** Hervir el agua no disminuirá el plomo. El baño no presenta problema, porque el plomo no se absorbe por la piel (nadamás que, ¡no beba el agua del baño!)

  - Contacte a su departamento de salud local o su proveedor de agua potable para averiguar cómo lograr que le analicen el agua de la llave de su casa.

  - Si el agua de su casa contiene plomo:
    - Use agua fría para cocinar, no caliente.
    - Mantenga abierta la llave del agua de 15 a 30 segundos antes de tomarla o de usarla para cocinar.
    - Use agua embotellada para preparar la fomula de leche de su bebe.
    - Si tiene preocupaciones acerca de contaminación por plomo, considere comprar un filtro certificado para quitar el plomo.

  - **Evite que el plomo entre a sus alimentos:**
    - No guarde los alimentos o líquidos en recipientes de cristal de plomo.

- Si usted usa más de una vez bolsas de plástico para guardar o transportar alimentos, mantenga a parte que tiene pintura hacia el exterior.

- No guarde alimentos en latas de metal que ya han sido abiertas.

- No cocine ni guarde alimentos en ollas, vasijas o cazuelas de barro o cerámica que tengan recubrimiento de vidrio o barniz que contenga plomo, a menos que esté segura que no tienen plomo.

- **Comer adecuadamente.** Un niño que ingiere suficiente hierro y calcio, absorbe menos plomo. Alimentos ricos en hierro incluyen huevos, carne de res con poca grasa y frijoles. Productos lácteos son ricos en calcio, así como algunas frutas como las ciruelas y las naranjas.

Para proteger a las familias de exposición al plomo que contienen pinturas, el polvo y la tierra, el Congreso aprobó la "Ley del Año de 1992 de Reducción del Riesgo de Pinturas con Base de Plomo para Residencias". Vendedores y arrendatarios tienen el deber de informar al comprador si existen riesgos conocidos de pintura que contenga plomo antes de la venta o la renta de residencies construidas antes de 1978.

Agua Contaminada

El agua para beber en los Estados Unidos es segura para la mayoría de las personas adultas y niños sanos; la contaminación del agua potable es en realidad muy poco común. Sin embargo, brotes de enfermedades transmitidas por el agua, tales como las causadas por el cryptospordium pueden ocurrir. La EPA (Environmental Protection Agency) está actualmente desarrollando estándares más estrictos para reducir aún más la tasa ya baja de enfermedades transmitidas por el agua.

Los nadadores que practican la natación pueden entrar en contacto con organismos en el agua contaminada por el drenaje y que pueden causar enfermedades como la hepatitis, disentería y enfermedades gastrointestinales, así como fiebre e infecciones en los oídos. Depósitos de agua (lagos, estanques, o arroyos) y sus sedimentos pueden también estar contaminados con substancias tóxicas, tales como: PCB y metales pesados.

Consumo de Pescado. Si mujeres embarazadas y niños consumen pescado de aguas contaminadas, los contaminantes pueden causar efectos serios en la salud, tales como cáncer, defectos de nacimiento y daño al sistema nervioso central.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?

Agua Potable

El agua clara y transparente no necesariamente significa que esté limpia. El agua clara puede contener suficientes

químicos o contaminantes biológicos para enfermar seriamente a las personas y aún causarles la muerte.

- Tome únicamente agua potable. No tome agua de arroyos, lagos, estanques o de la manguera al regar su jardín.
- Pregunte al proveedor de agua de su comunidad si existen contaminantes en su agua potable.
- Siga las indicaciones y consejos para cuidar su salud.

Natación

- Nade en albercas que tengan adecuado mantenimiento, siempre que sea posible. La exposición a riesgos de salud pueden resultar de contactos con agua contaminada y su ingestión.

Si no está usted seguro de la calidad del agua:

- Tápese su nariz o use tapones cuando haga clavados en el agua.
- Lave cortaduras y raspones con agua limpia y jabón después de haber nadado.
- Evite tragar agua cuando nade.
- Use tapones, lentes especiales para nadar o máscaras, si usted es propenso a las infecciones de ojos y oídos.
- Esté atento a los avisos de advertencia en las playas y albercas. Nunca nade en aguas estancadas, contaminadas, o cuando la temperatura del agua esté caliente.

Consumo de Pescado
No coma pescado en áreas que tengan avisos de advertencia, o de agua que se vea o huela como posiblemente contaminada. Depósitos de agua pueden contaminarse por derrames que las autoridades desconocen. Cualquier condición sospechosa del agua (que se vé o huele mal) debe de reportarse a las autoridades de salud locales y estatales inmediatamente.

¿Cómo puedo saber si puedo nadar, o comer pescado de un río o lago? Contacte y pregunte a su departamento de salud estatal.

Ozono - Contaminación del Aire

Niveles altos de contaminación de ozono al nivel de la tierra parecen ser la causa de aproximadamente 50,000 visitas a los departamentos de emergencia de los hospitales al año y 15,000 hospitalizaciones debido a problemas respiratorios. La Asociación Americana del Tórax reporta que niños y adultos con asma y complicaciones pulmonares están en mayor riesgo de desarrollar problemas crónicos serios a causa del ozono.

¿Cómo puede el ozono a nivel de la tierra afectar la salud de los niños? Los niveles de ozono arriba de los estándares de salud nacionales pueden causar dolores en el pecho, ojos llorosos, sofocos y pueden agravar condiciones pulmonares y respiratorias como el asma.

Los niños están más susceptibles a enfermarse debido a niveles aún menores de ozono y partículas que los adultos.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi familia?

- Infórmese y ponga atención a los reportes de niveles de ozono.
- Limite las actividades exteriores durante las horas pico con niveles altos de ozono.
- Esté alerta a las condiciones especiales de los niños (asma, enfermedades crónicas de los pulmones) y esté pendiente de que reciban tratamiento adecuado. Informe a los entrenadores, maestros y cuidadores de los niños y consejeros de campamentos de verano, que éstos se encuentran en mayor riesgo.

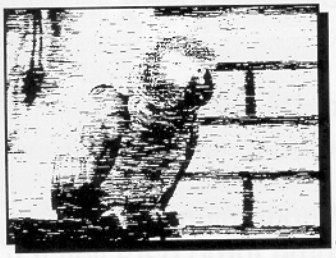
¿Cómo puedo mejorar la calidad del aire?

Ayude a limitar la formación de contaminación por ozono:

- Evite usar gasolina que contenga plomo; organice grupos con otros padres y tome turno para llevar y traer a los hijos de la escuela; haga uso del transporte público, bicicleta, patines y procure caminar lo más posible.
- Recicle el papel, metal, vidrio y plástico.
- No use cortadoras de césped que usen gasolina durante las mañanas o al medio día durante los días que se tengan alertas sobre niveles altos de ozono.
- Llene los tanques de gasolina de los vehículos durante a tarde en los días de niveles altos de ozono, y no los llene demasiado. Evite tener el motor encendido y sin moverse por demasiado

tiempo, mantenga su automóvil con buen mantenimiento y sus llantas con la presión de aire apropiada.

Existen dos tipos de ozono. Uno ocurre naturalmente, se encuentra en la parte alta de la atmósfera y que nos protege de la radiación solar dañina. El otro ozono se encuentra a nivel de la tierra, y se forma cuando la luz solar reacciona con las partículas contaminantes que se forman de las emisiones de los automóviles, camionetas, procesadoras industriales, etc.. El ozono al nivel de la tierra puede causar daño a la salud humana.



Radón

¿Qué es el radón? ¿Cómo puede entrar a mi hogar?
El radón es un gas inoloro, incoloro y radioactivo que está presente en la mayor parte de la tierra y las piedras alrededor del mundo.

Debido a que el radón es un gas, éste puede desplazarse a través de la tierra y entrar a sus hogares a través de las grietas en los cimientos de las casas y aberturas alrededor de los resumideros, las tuberías y el drenaje. Algunas veces el radón entra a las casas en el agua de los pozos. Su casa atrapa al radón adentro, en donde empieza a crecer.

¿Cómo afecta el radón la salud de los niños?
El gas radón se decae y se convierte en partículas radioactivas que quedan atrapadas en los pulmones. Estas partículas radioactivas pueden dañar el tejido y ser la causa de cáncer pulmonar. El fumar tabaco con exposición al radón representa un riesgo mayor a la salud.

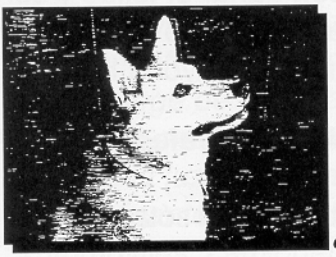
¿Qué puedo hacer si mi hogar tienen niveles no saludables de radón?

- Tape todas las grietas y aberturas en el sótano o primer piso.
- Elimine el consumo de tabaco en su hogar.
- Ventile o filtre el agua de pozo usando carbón activado granulado.
- Consiga asesoría profesional al planear acciones para reducir el radón.
- En caso necesario, consiga un contratista competente para que le diseñe e implemente un plan que mitigue el radón.
- Si está usted construyendo una casa en una área con niveles altos de radón, incorpore en la construcción materiales resistentes al mismo.

¿Cómo puedo saber si existen concentraciones de radón en mi casa?

La única manera de saber, es que le hagan pruebas a su casa. Si su agua viene de un pozo, también hágala examinar. Hay muchos estuches manuales de *"hágalo-usted-mismo"* que puede conseguir en tiendas al menudeo o por correo y que le permiten detectar residuos de radón (asegúrese que cumplan con los requisitos de medición de radón especificados por la EPA). Para

mayor información, contacte la línea telefónica especializada sobre radón de la EPA, su oficina local o su departamento de salud estatal.



Asbesto

¿Qué es el asbesto?
El asbesto es un mineral que cuando se extrae de la mina y se procesa, toma la forma de fibras muy pequeñas que son invisibles a simple vista. Fue usado principalmente en escuelas como aislamiento y en otro tipo de materiales para la construcción. También se usó en pisos y techos, tuberías de cemento, cartón de empaque corrugado, techos acústicos, aislamiento decorativo y aerosoles contra incendio.

El asbesto llegó a ser un producto comercial muy popular debido a su fuerte consistencia, no se quema y resiste la corrosión e insula bien. Los años durante los cuales se usó mucho fueron posteriores a la Segunda Guerra Mundial y hasta los años 1980, cuando muchas empresas manufactureras voluntariamente lo sacaron del mercado debido a preocupaciones concernientes a sus efectos en la salud. El asbesto aún continúa siendo usado legalmente en más de 3,000 productos diferentes.

¿Cuándo representa el asbesto un problema?
Intacto y sin manejarse, los materiales de asbesto generalmente no representan problema alguno de salud. Los materiales de asbesto, sin embargo, pueden llegar a ser peligrosos cuando, debido al daño o deterioro por el

tiempo, desprenden fibras. Si estas fibras son inhaladas, pueden causar problemas de salud.

¿Cómo puede el asbesto afectar la salud de los niños?
Puede interferir en el funcionamiento normal de los pulmones. Tres enfermedades específicas – asbestosis, cáncer del pulmón y otro tipo de cáncer conocido como mesotelioma han sido asociados a las fibras de asbesto, pero los síntomas pueden tardar hasta 20 años en aparecer.

¿Cómo puedo proteger a mi familia?

- **Pida** asesoría profesional cuando busque información sobre la identificación y remedio a problemas de asbesto.

- **No toque ni maneje** materiales que contengan asbesto. Los materiales que no se encuentren dañados, no los mueva ni toque y trate de prevenir que alguien más los maneje. Inspeccione estos materiales frecuentemente para detectar signos de deterioro o daño.

- **Contrate** a un profesional capacitado cuando necesite remover asbesto.

- **Pregunte** en la escuela o en la guardería de niños sobre actividades referentes al asbesto. Averigue si han identificado materiales que contengan asbesto y si están preparando un plan de contingencia para manejo del asbesto. Estimúlelos a llevar a cabo un plan de contingencia apropiado.

United States
Environmental Protection
Agency

Children's Health Hotline	1 (877) 590-KIDS (5437)
Safe Drinking Water Hotline	1 (800) 426-4791
Indoor Air Quality Hotline	1 (800) 438-4318
Radon Hotline	1 (800) 767-7236
Asbestos Hotline	1 (800) 368-5888
National Pesticides Information Center	1 (800) 858-7378
Lead Hotline	1 (800) 424-5323
Water Hotline	1 (800) 832-7828
Arie Limpio para su Familia Hotline	1 (800) 725-8312

Esta misma información se encuentra en:
www.epa.gov/children